

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET
DIABETES MELLITUS DENGAN KEPATUHAN
DIET PADA PENDERITA DIABETES
MELLITUS TIPE II DI DUSUN
KARANG TENGAH
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
SUCI MEI CAHYATI
201110201059**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2015**

HALAMAN PENGESAHAN

**RELATION BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE DIET
OF DIABETES MELITUS WITH COMPLIANCE DIET
IN PEOPLE WITH DIABETES MELITUS TYPE II
IN DUSUN KARANG TENGAH
YOGYAKARTA**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET DIABETES
MELLITUS DENGAN KEPATUHAN
DIET PADA PENDERITA DIABETES
MELLITUS TIPE II DI DUSUN
KARANG TENGAH
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

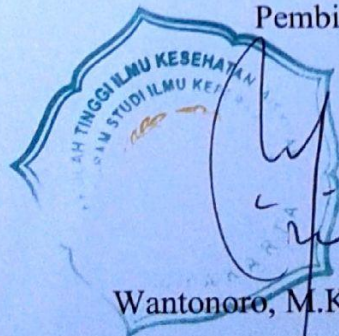
Disusun Oleh:

**SUCI MEI CAHYATI
201110201059**

Telah Disetujui Pada Tanggal:

15 Juli 2015

Pembimbing



Wantonoro, M.Kep.Sp, Kep. M.B

**RELATION BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE DIET
OF DIABETES MELITUS WITH COMPLIANCE DIET
IN PEOPLE WITH DIABETES MELITUS TYPE II
IN DUSUN KARANG TENGAH
YOGYAKARTA**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DIET DIABETES
MELLITUS DENGAN KEPATUHAN
DIET PADA PENDERITA DIABETES
MELLITUS TIPE II DI DUSUN
KARANG TENGAH
YOGYAKARTA**

Suci Mei Cahyati, Wantonoro
Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
Email: Suci_mei28@yahoo.com

Able to know relations the level of knowledge by compliance diet in people with diabetes mellitus type II in Dusun Karang Tenga, Yogyakarta. This research includes descriptive correlative that correlated data from two variables ordinal shaped by the ordinal of test by the use of statistical correlation namely of statistical correlation Kendall-Tau (τ) with 37 respondents. Kendall-Tau obtained value count 0,261 with significant 0,036. Therefore the value of 0,261 and value significant obtained 0,036 smaller than 005 (sig<0.05), so it can be inferred there is a relationship in which meaningful statistic between the level of knowledge with compliance diet diabetes mellitus type II. There is a relation between knowledge of the level of compliance with a diet of diabetes mellitus type 2 in Dusun Karang Tengah. Respondents expected to always abide by a rule of diet diabetes mellitus type 2 in good and right ways, use the number of , the type of and schedule properly on their diet.

Keywords : Knowledge of diet, Compliance Diet, Type II Diabetes Mellitus

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 didusun Karangtengah, Nogotirto, Yogyakarta. Penelitian ini termasuk deskriptif korelatif yang mengkolerasikan data dari dua variabel berbentuk ordinal by ordinal dengan menggunakan uji statistik korelasi yaitu statistik Korelasi Kendall-Tau (τ) dengan jumlah responden 37. Dengan uji Kendall-Tau diperoleh nilai hitung 0,261 dengan signifikan 0,036. Oleh karena nilai hitung sebesar 0,261 dan nilai signifikan yang diperoleh 0,036 lebih kecil dari 005(sig <0,05), sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna secara statistic antara tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II. Ada hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II di dusun Karangtengah. Diharapkan responden selalu mematuhi aturan diet diabetes mellitus tipe 2 yang benar dan baik, dengan memerhatikan Jumlah, Jenis dan Jadwal dalam dietnya.

Kata kunci: Tingkat pengetahuan diet, kepatuhan diet, diabetes mellitus tipe II.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit menahun yang bersifat degeneratif atau tidak dapat disembuhkan tetapi kadar gula dalam darah dapat distabilkan menjadi normal. Penyakit diabetes mellitus tipe II tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa dikelola dengan mematuhi empat pilar penatalaksanaan DM tipe II meliputi pendidikan kesehatan, perencanaan makan atau diet, latihan fisik teratur dan minum obat teratur (Purba, 2008).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2011, terdapat 329 juta orang didunia menderita diabetes mellitus Tipe II dengan kematian mencapai 4,6 juta orang. Menurut Depkes RI, 2010 di Indonesia, prevalensi jumlah penderita DM tipe II dari 230 juta jiwa, 12 juta jiwa menderita DM tipe II, dan setiap 10 detik seorang meninggal dunia karena DM tipe II (Depkes RI, 2010). Menurut survei yang dilakukan WHO, Indonesia menempati urutan ke-4 dengan jumlah penderita DM terbesar di dunia setelah India, Cina, Amerika Serikat. Sedangkan hasil dari Laporan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) Puskesmas di DIY pada tahun 2012 terdapat Diabetes Militus 7.434 kasus, data tersebut masuk dalam urutan kelima dari distribusi 10 besar penyakit berbasis STP Puskesmas. Menurut survei Dinkes kabupaten Sleman 2010, di kabupaten Sleman terdapat 4697 penderita mengidap penyakit DM (Dinkes, 2012).

Penyakit diabetes mellitus tipe II tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa dikelola dengan mematuhi empat pilar penatalaksanaan DM tipe II meliputi pendidikan kesehatan, perencanaan makan atau diet, latihan fisik teratur dan minum obat teratur. Mematuhi peraturan ini tentunya menjadi stressor berat bagi penderita DM tipe II sehingga banyak yang gagal mematuhi. Umumnya penderita mengekspresikan ketidakpatuhan diet karena rasa frustrasi dan kesedihan mereka dengan tidak mengikuti diet, rencana latihan, tidak memeriksakan kadar gula darah, bahkan tidak mengkonsumsi obat secara teratur (Purba, 2008). Dasar-dasar pengelolaan diabetes ada 4 pilar utama pengelolaan, yaitu penyuluhan, perencanaan makan (diet), latihan fisik dan obat hipoglikemik. Penyuluhan adalah pendidikan dan latihan mengenai pengetahuan dan ketrampilan dalam pengolahan DM tipe II yang diberikan kepada setiap penderita diabetes. Disamping kepada penderita, penyuluhan diabetes mellitus juga diberikan kepada anggota keluarga, kelompok masyarakat berisiko tinggi, dan pihak-pihak perencana kebijakan kesehatan (Waspadji, 2007).

Dari studi pendahuluan yang peneliti lakukan di dusun Karang Tengah, Nogotirto, Sleman pada tanggal 27 Mei terhadap kader, kepala dukuh, dan 12 penderita diabetes mellitus tipe II. Hampir semua 8 penderita dari 12 penderita yang diwawancarai mengatakan bahwa makan dengan jumlah banyak atau sedikit nasi kadar gula darahnya tetap tinggi dan 4 penderita dari 12 penderita tersebut mengatakan jika tidak minum dan makan manis badan pusing dan lemas. Berdasarkan wawancara mengenai olahraga atau latihan fisik, hampir semua 1 penderita mengatakan kemana-mana saya jalan kaki, 3 penderita lainnya mengatakan latihan fisiknya hanya mondar mandir dirumah, dan dari 8 penderita hampir semua mengungkapkan jarang latihan fisik Karena lemas. 12 penderita semua mengkonsumsi obat hipoglikemik, 10 penderita diantaranya minum dengan waktu yang tidak pasti atau seingatnya. Dusun Karang Tengah sendiri terletak didaerah kabupaten Sleman dimana terdapat 37 penderita DM tipe II. Hasil ini memberikan gambaran bahwa penyakit DM tipe II masih perlu mendapat prioritas perhatian dari semua pihak yang bersangkutan. Tingkat pengetahuan yang baik dalam melaksanakan diet menjadi harapan bagi tim kesehatan. Salah satu faktor yang sangat penting bagi penderita diabetes mellitus tipe II adalah perilaku hidup sehat

dengan memperhatikan (jumlah, jadwal dan jenis makanan) dengan benar (Tjokroprawiro, 2006).

Dari latar belakang diatas, tingkat pengetahuan diet dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II saling berkesinambungan. Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah. Tujuan Umum dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah, Yogyakarta. Sedangkan tujuan khusus dalam penelitian ini adalah diketahui tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus tipe II pada penderita diabetes mellitus tipe II, diketahui tingkat kepatuhan diet penderita Diabetes Mellitus tipe II di dusun Karang Tengah, Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *non-eksperimen*, menggunakan metode deskriptif kuantitatif korelasional yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel. Yaitu tingkat pengetahuan sebagai variabel bebas dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus sebagai variabel terikat. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian menggunakan pengukuran variabel-variabelnya dilakukan hanya satu kali pada satu waktu (Hidayat, 2006). Populasi yang akan menjadi responden dalam penelitian ini adalah seluruh warga dusun Karangtengah yang menderita diabetes mellitus tipe II, berusia diatas 26 tahun, dan tinggal bersama anggota keluarga, dengan jumlah 37 responden. Instrumen yang digunakan untuk mengukur minat dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan alat untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan tujuan penelitian yang berisi penjabaran variabel yang terlibat dalam tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2012).

HASIL PENELITIAN

Dusun Karang Tengah Nogotiro Gamping Sleman Yogyakarta merupakan kelurahan yang berada di wilayah Kecamatan Gamping. Dusun tersebut merupakan salah satu Dusun yang terletak di Yogyakarta, tepatnya di Kelurahan Nogotirto Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman. Pedukuhan Karang Tengah Nogotirto merupakan dusun yang sangat luas yaitu 54 ha, dengan luas kebun 25 ha dan sebagian sawah seluas 29 ha. Masyarakat di lingkungan ini mayoritas beragama Islam dan bersuku Jawa. Selain itu, masyarakat di sekitar ini memiliki kebiasaan gotong royong, sebagai salah satu bentuk kebersamaan antar masyarakat. Batas-batas wilayah dusun Karang Tengah adalah sebelah timur Padukuhan Kuarasan, sebelah selatan Padukuhan Kajor, sebelah barat RingRoad Ponowaren, dan sebelah utara Padukuhan Ponowaren. Dusun Karang Tengah terdiri dari 2993 penduduk dan jumlah kepala keluarga (KK) 835, laki-laki sebanyak 1.520 penduduk sedangkan perempuan 1.475 penduduk. Perdukuhan di Dusun Karangtengah terdapat 17 RT.

Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Di Dusun Karang Tengah Yogyakarta

No	Karakteristik	Frekuensi (N: 37)	Persentase (%)
1	Usia (tahun)		
	26-35	3	8.1
	36-45	7	18.9
	45-55	15	40.5
	56-65	8	21.6
	65>	4	10.8
	Total	37	100
2	Jenis Kelamin		
	L	17	45.9
	P	20	54
	Total	37	100
3	Pendidikan		
	Sarjana	3	8.1
	SMA	19	51.3
	SMP	5	13.5
	SD	9	24.3
	Total	37	100
4	Pekerjaan		
	Buruh	8	21.6
	Guru	1	2.7
	IRT	5	13.5
	Pedagang	8	21.6
	Pensiunan	3	8.1
	Swasta	7	18.9
	Wiraswasta	5	13.5
	Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2015.

Berdasarkan karakteristik responden diketahui bahwa dari 37 responden, jumlah responden yang menderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah paling banyak adalah responden pada umur 45 sampai 55 tahun yaitu 15 orang (40,5%). Adapun jumlah responden penderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah paling sedikit umur 26-35 tahun yaitu jumlah 3 responden (8,1%). Berdasarkan jenis kelamin, sedangkan jumlah responden perempuan lebih banyak 20 responden (45,9%) dan jumlah responden pria yaitu 17 responden (54,1%). Berdasarkan tingkat pendidikan, penderita diabetes mellitus yang paling banyak pendidikan SMA yaitu 19 responden (51,3%). Berdasarkan jenis pekerjaan, responden yang paling banyak buruh dan pedagang dengan jumlah masing-masing 8 responden (21,6%) untuk pekerja buruh dan dengan jenis pekerjaan pedagang responden (21,6%) dengan jenis pekerjaan pedagang. Jenis pekerjaan yang paling sedikit adalah guru yaitu 1 responden (2,7%).

Analisa Univariat

Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Mellitus

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Dusun Karang Tengah Yogyakarta

Pengetahuan Diet Diabetes Mellitus	Frekuensi	Persentase
Baik	28	75,7%
Cukup	8	21,6%
Kurang	1	2,7%
Total	37	100%

Sumber: Data Primer, 2015.

Tabel 2 memperlihatkan bahwa responden yang paling banyak memiliki pengetahuan diet diabetes mellitus tipe II baik yaitu 28 responden (75,7%). Responden yang memiliki pengetahuan diet kurang yaitu 1 responden (2,7%) dari total sampel.

Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Tabel 3 Karakteristik Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Kepatuhan Diet	Jenis Kelamin		Total
	Laki-laki	Perempuan	
Baik	0	1	1
Cukup	17	19	36
Kurang	0	0	0
Total	17	20	37

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 3 memperlihatkan bahwa responden yang paling banyak menderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah jenis kelamin perempuan dengan kategori cukup sejumlah 19 responden.

Tabel 4 Karakteristik Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Berdasarkan Pendidikan Responden

Kepatuhan Diet	Pendidikan					Total
	Sarjana	SMA	SMP	SD	Tidak Sekolah	
Baik	0	1	0	0	0	1
Cukup	3	18	5	9	1	36
Kurang	0	0	0	0	0	0
Total	3	19	5	9	1	37

Sumber: Data Primer, 2015

Tabel 4 Menunjukkan bahwa pendidikan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah yaitu dengan kategori cukup yaitu sebanyak 18 responden dengan pendidikan terakhir SMA.

Tabel 5 Distribusi frekuensi Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Dusun Karang Tengah Yogyakarta

Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II	Frekuensi	Persentase
Baik	1	2,7%
Cukup	36	97,3%
Kurang	0	
Total	37	100%

Sumber: Data Primer, 2015.

Berdasarkan tabel 5 tingkat kepatuhan diet terbanyak pada kategori cukup sebanyak 36 responden (97,3%), dan paling sedikit pada kategori kurang sebanyak 0 responden. Nilai skor tertinggi pada jawaban kuesioner yang dijawab responden tentang kepatuhan diet yaitu 55, 52, 52, 52 dan 50 sedangkan skor terendah yang didapat dari jawaban responden yaitu 44, 45, 46, 46 dan 46.

Analisis Bivariat

Hasil Analisis Data

Tabel 6 Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Mellitus dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus di Dusun Karang Tengah Yogyakarta

Pengetahuan Diet	Kepatuhan Diet			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
Baik	6	25	0	31
Cukup	4	1	0	5
Kurang	0	1	0	1
Total	10	27	0	37

Sumber: Data Primer, 2015.

Berdasarkan tabel 6 di atas, dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan baik dan kepatuhan diet cukup yaitu 25 responden, sedangkan pengetahuan diet baik dan kepatuhan diet baik yaitu 6 responden, pengetahuan diet cukup dan kepatuhan diet baik yaitu 4 responden, Untuk mengetahui apakah hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II signifikan secara statistik dilakukan pengujian hipotesis dengan uji statistik korelasi *Kendall-Tau* dengan bantuan software computer. Berikut hasil dari pengujian statistic untuk hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II.

Tabel 7 Hasil uji statistic *Kendall-Tau* dan analisis keeratan hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet

			Tingkat pengetahuan diet	
Kendall's tau_b	Pengetahuan	Correlation Coefficient	n Diet	kepatuhan diet
		Sig. (2-tailed)	1.000	-.261*
		N	.	.036
	kepatuhan diet	Correlation Coefficient	n Diet	kepatuhan diet
		Sig. (2-tailed)	-.261*	1.000
		N	.036	.
			37	37

Sumber: Data Primer, 2015.

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa hasil analisis dengan uji *Kendall-Tau* diperoleh nilai hitung 0,261 dengan signifikan 0,036. Oleh karena nilai hitung sebesar 0,261 dan nilai signifikan yang diperoleh 0,036 lebih kecil dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesa diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II. Untuk mengetahui hipotesis ditolak atau diterima maka besarnya taraf signifikansi (p) dibandingkan dengan taraf kesalahan 5% (0,05). Jika P lebih besar dari 0,05 maka hipotesis ditolak dan jika p lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima. Hasil uji statistik memberikan nilai $p=0,036$ lebih kecil dari 0,05 ($0,036 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesa diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan secara statistik antara tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di dusun Karang Tengah.

PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus

Berdasarkan tabel 1 Jika dilihat berdasarkan umur, mayoritas presentase responden yang memiliki pengetahuan yang baik berada pada umur 45-55 tahun yaitu sebanyak 11 responden. Semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu bertambahnya proses perkembangan mental tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Seorang penderita diabetes mellitus yang telah mempunyai usia lebih dari 65 tahun cenderung tidak mudah untuk menerima perkembangan/informasi baru yang menunjang derajat kesehatannya. Hal ini dikarenakan proses berpikir yang dimiliki oleh responden mengalami penurunan dalam hal mengingat dan menerima sesuatu hal yang baru. Seorang penderita diabetes mellitus yang telah berumur lebih dari 65 tahun akan menurunkan pengetahuan responden itu sendiri (Smeltzer & Bare, 2002).

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden perempuan yaitu 20 responden (54,1%), sedangkan laki-laki yaitu sebanyak 17 responden (45,9%). Jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap diabetes mellitus, baik laki-laki maupun perempuan beresiko terkena diabetes. Namun pada penelitian ini didapatkan yang lebih banyak menderita diabetes mellitus yaitu perempuan dari pada laki-laki. Hal ini disebabkan karena pada perempuan mempunyai riwayat kehamilan yang dialami pasien yang sering mengkonsumsi makanan dalam porsi banyak saat kehamilan. Yang mereka yakini makan dalam porsi banyak dapat menyehatkan diri serta janin mereka (Citra, 2014). Berdasarkan tabel 1 jika dilihat berdasarkan pendidikan terakhir, mayoritas responden yang memiliki pengetahuan yang baik yaitu tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 15 responden. Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh kepatuhan yang dimilikinya. Notoatmodjo (2003) menyebutkan bahwa pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Semakin rendah tingkat pendidikan yang dimiliki maka akan semakin rendah pula kemampuan yang akan dimiliki seseorang dalam menyikapi suatu permasalahan.

Berdasarkan pekerjaan responden, mayoritas responden yang memiliki pengetahuan yang baik adalah responden yang bekerja sebagai swasta yaitu sebanyak 7 responden. Penyakit diabetes mellitus tipe II sudah tidak asing lagi untuk didengar karena itulah para pekerja swasta sudah mengetahui penyakit ini. Menurut Margana 2004 mengatakan masyarakat yang banyak bersosialisasi diluar rumah akan mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang lebih terasah. Berdasarkan tabel 2

menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan diet baik tentang diabetes mellitus yaitu sebanyak 28 responden (75,7%), memiliki tingkat pengetahuan diet cukup yaitu sebanyak 8 responden (21,6%), dan tingkat pengetahuan diet kurang yaitu sebanyak 1 responden (2,7%).

Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus

Berdasarkan tabel 5 kepatuhan diet menunjukkan bahwa mayoritas memiliki kepatuhan diet cukup yaitu pada usia 44-55 responden yaitu sebanyak 15 responden (40, 5%). Notoatmodjo, 2012 mengungkapkan pada aspek psikologis dan mental taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. mengemukakan bahwa makin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Seorang pasien diabetes mellitus yang telah berusia >75 tahun cenderung tidak mudah untuk menerima perkembangan atau informasi baru yang menunjang derajat kesehatannya (Suryono,2010).

Berdasarkan 3 kepatuhan diet menunjukkan jenis kelamin bahwa mayoritas memiliki kepatuhan diet cukup pada perempuan yaitu sejumlah 19 responden. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2007) bahwa terdapat perbedaan sikap patuh antara laki-laki dan perempuan, sehingga pasien laki-laki kurang dapat mematuhi anjuran diet yang disarankan. Ketidakpedulian anjuran diet yang membuat banyak pasien tidak patuh dalam membatasi mengontrol diet. Berdasarkan tabel 4 pendidikan responden, mayoritas responden yang memiliki pendidikan paling banyak yaitu lulusan SMA sebanyak 18 responden. Pasien yang berpendidikan rendah tidak mudah memperoleh dan memahami atau menyerap informasi dengan baik karena memiliki pengetahuan yang kurang. Hal ini sangat berpengaruh pada kebiasaan penderita sehari-hari dengan pengetahuan penderita yang seadanya menyebabkan pasien kurang mendapatkan informasi tentang kesehatan khususnya penyakit Diabetes Mellitus (Hendra, 2007).

Berdasarkan pekerjaan responden, mayoritas responden yang memiliki kepatuhan diet diabetes mellitus yang cukup adalah 8 responden yang bekerja sebagai pedagang. Pekerjaan akan berhubungan dengan tingkat pendapatan dan sosial. Seseorang yang bekerja dengan aktivitas diam atau duduk terus menerus misalnya pekerja kantor, sopir angkot sangat beresiko menderita kepedulian terhadap keadaan dirinya berkurang, ditambah lagi ketika orang tersebut tidak pengetahuan yang dimilikinya kurang (Hendra, 2007). Kepatuhan diet merupakan usaha yang dilakukan responden untuk mengatur porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi. Kepatuhan diet diabetes mellitus meliputi jenis-jenis makanan yang dapat menghambat. Tabel 5 memperlihatkan bahwa paling banyak responden yang tingkat kepatuhan dietnya cukup yaitu sebanyak 36 responden (97,3%). Variabel kepatuhan diet yang paling tinggi adalah jenis makanan yaitu sebanyak 35,5% sedangkan paling sedikit adalah kepatuhan jadwal makan yaitu sebanyak 20,6%. Kepatuhan diet yang paling tinggi pada jenis makanan karena makanan penderita diabetes mellitus sama dengan orang yang tidak diabetes mellitus, yaitu makanan dengan gizi seimbang (Sutrisno, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan Ridianti (2010) menunjukan kepatuhan paling banyak adalah kategori cukup, karena kepatuhan merupakan tahap pertama dari perubahan perilaku dimana tahap ini masih perlu pengawasan. Perencanaan makan itu penting untuk mencegah hiperglikemia, hipoglikemia, dan mempertahankan keseimbangan metabolik. Total asupan energi sehari-hari secara tetap dengan paling sedikit 3 kali makan, satu atau dua kali snack antara makan dan snack sebelum tidur.pembagian makan sehari 10-30% total kalori makan pagi, pada

siang dan malam hari masing-masing 25-35% dan sisanya dibagi satu, dua atau tiga kali snack (sesudah makan pagi, makan siang dan sebelum tidur) (Waspadji, 2007).

Standar diet yang dianjurkan bagi penderita diabetes mellitus adalah makanan dengan komposisi yang seimbang karbohidrat, protein dan lemak sesuai dengan kecukupan gizi. Jumlah kalori disesuaikan dengan pertumbuhan, status gizi, umur, stress dan aktifitas fisik untuk mencapai dan mempertahankan berat badan ideal. Jadwal diet penderita diabetes mellitus sebaiknya makan secara teratur. Frekuensi makan juga sebaiknya sering, namun dengan porsi yang lebih kecil. Hal ini dimaksudkan agar frekuensi kadar glukosa darah tidak begitu besar, sebaiknya jumlah kalori sehari jarak waktu 3 jam. Manfaat diet atau pengaturan makan sesuai pedoman anjuran dengan memperhatikan keseimbangan asupan jenis makanan bagi penderita diabetes mellitus dapat mempertahankan kadar gula darah tetap normal dan dapat mempertahankan kesehatan umum penderita (Tjokroprawiro, 2003).

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Tipe II

Berdasarkan hasil uji statistik dapat diketahui terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah Yogyakarta. Untuk mengetahui hipotesis ditolak atau diterima maka besarnya taraf signifikansi (p) dibandingkan dengan taraf kesalahan 5% (0,05). Jika P lebih besar dari 0,05 maka hipotesis ditolak dan jika p lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima. Hasil uji statistik memberikan nilai $p=0,036$ lebih kecil dari 0,05. ($0,036 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesa diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan secara statistik antara tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di dusun Karang Tengah.

Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II dikaitkan dengan pendidikan. Pada tabel 1 tingkat pendidikan responden kebanyakan lulusan SMA. Tingkat pendidikan mempengaruhi perilaku seseorang dalam mencari perawatan dan pengobatan penyakit yang dideritanya, serta memilih dan memutuskan tindakan atau terapi yang akan dan harus dijalani untuk mengatasi masalah kesehatannya. Hal ini juga didukung oleh Norma (2014) dalam penelitiannya, penderita yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas juga memungkinkan pasien itu dapat mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi, rasa percaya diri yang tinggi, berpengalaman, mempunyai perkiraan yang tepat bagaimana mengatasi kejadian, mudah mengerti tentang apa yang dianjurkan oleh petugas kesehatan. Mulai menempuh pendidikan SMA jaringan social mulai luas, relasi bertambah, mulai bisa menerima dan memilah informasi yang akurat (tidak sembarang menerima informasi) dari tiap sumber (Hidayat, 2006).

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan, perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih langgeng dari pada yang tidak didasari pengetahuan. Pengetahuan tentang kesehatan dapat membantu individu-individu tersebut untuk beradaptasi dengan penyakitnya, mencegah komplikasi dan mematuhi program terapi dan belajar untuk memecahkan masalah ketika menghadapi situasi baru. Menurut Hendro (2010) menyatakan pengetahuan diet terhadap kepatuhan diet bisa saja dipengaruhi oleh seberapa sering melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan, dan penderita lainnya sehingga informasi yang didapatkan juga sudah banyak dari berbagai media maupun penyuluhan kesehatan. Seseorang yang memiliki pendidikan rendah tetapi mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media akan

meningkatkan pengetahuannya. Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru.

Kepatuhan diet diabetes mellitus dengan tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus. Pengetahuan diet mempunyai pengaruh terhadap kepatuhan menjalani diet diabetes mellitus tipe II, ditunjukkan dengan sikap dan kepatuhan yang semakin membaik. Setiap penderita memerlukan waktu yang berbeda-beda dalam meningkatkan pengetahuan. Semakin banyak informasi yang didapat maka akan banyak pengetahuan yang diperoleh dan bisa bersikap positif terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II. Semakin sering mendapatkan informasi diet diabetes mellitus tipe II, penderita semakin patuh karena pasien sudah mencapai tahap penerimaan (Miko, 2012). Menurut Citra (2014) semakin baik tingkat pengetahuan penderita menjalankan diet diabetes mellitus tipe II maka adaptasi penderita semakin baik karena penderita telah banyak mendapat informasi kesehatan dan mampu mengontrol Jumlah, Jenis dan Jadwal dalam menjalankan diet diabetes mellitus tipe II sehingga pasien menjadi lebih patuh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Miko (2012), pengetahuan diet berperan penting kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II karena pengetahuan dari tenaga kesehatan, sesama penderita diabetes mellitus dan media massa dapat mempengaruhi kepatuhan diet yang diinginkan. Tanpa adanya pengetahuan diet diabetes mellitus yang baik mustahil kepatuhan diet dapat dilaksanakan sesuai dengan anjuran. Hasil penelitian yang dilakukan menggunakan kuesioner menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik dan kepatuhan diet cukup. Dalam hal ini pengetahuan yang baik tidak selalu diimbangi dengan kepatuhan yang baik. Didukung dalam penelitian yang dilakukan Citra 2014 bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, dukungan keluarga, jenis makanan yang tersedia dan kemauan kuat penderita diabetes mellitus untuk menjalankan diet yang baik dan benar. Pengetahuan yang baik tidak selalu diimbangi oleh sikap patuh seseorang. Karena sikap patuh seseorang dipengaruhi beberapa hal diantaranya usia, dukungan keluarga, jenis makanan yang tersedia dan kemauan kuat penderita diabetes mellitus untuk menjalankan diet yang baik dan benar.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di dusun Karang Tengah tahun 2015 dapat disimpulkan sebagai berikut: tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus tipe II kategori baik sebanyak 28 responden (75,7%), tingkat kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus tipe II dengan kategori cukup sebanyak 36 responden (97,3%) dan ada hubungan tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II di dusun Karang Tengah. Hasil analisis dari uji kendall-Tau diperoleh nilai hitung sebesar 0,261 dengan signifikan 0,036. Oleh Karena nilai hitung sebesar 0,261 dan nilai signifikan 0,036 lebih kecil dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$).

Saran

Bagi Dusun Karang Tengah, diharapkan kepala dukuh dusun Karang Tengah selalu memberikan penyuluhan dan sosialisasi untuk mematuhi aturan diet diabetes mellitus tipe II yang benar dan baik, dengan memperhatikan Jumlah, Jenis dan Jadwal dalam dietnya.

Bagi Penderita Diabetes Mellitus, diharapkan responden selalu meningkatkan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II agar kadar gula dalam darah tetap normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes, (2010). Tahun 2030 Prevalensi Diabetes Melitus Di Indonesia 230 juta jiwa, dalam <http://www.depkes.go.id>, diakses 5 April 2015.
- Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta. (2012). *Data Penemuan Penyakit Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Dinkes Yogyakarta.
- Purba, C.I. (2008). Pengalaman Ketidakpatuhan Pasien Terhadap Penatalaksanaan Diabetes Mellitus (Studi Fenomenologi dalam Konteks Asuhan Keperawatan di RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta). Depok: thesis. Tidak dipublikasikan
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hartono A. 2006. Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit. Jakarta: EGC.
- Hendro. (2010). *Pengaruh Psikososial Terhadap Pola Makan Penderita Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Deli Serdang Tahun 2009*. Tesi FKM Universitas Sumatra Utara. Medan. Diakses pada 5 April 2015 dari <http://scholar.google.co.id>.
- Hidayat, A. A. A., (2006). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Suryono, S., (2010). *Penatalaksanaan diabetes mellitus terpadu, cetakan ke lima*, Jakarta: FKUI.
- Tandra, S., (2008). *Diabetes Tanya Jawab Lengkap Dengan Ahlinya*, Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Tjokroprawiro, A., (2006). *Hidup Sehat dan Bahagia Bersama Diabetes Mellitus*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Waspadji, (2007). *Pedoman Diet Diabetes Mellitus Sebagai Panduan Bagi Ahli Gizi, Dokter, Mahasiswa dan Petugas Kesehatan*, Jakarta: FKUI.

